Despre dorinta de a-i indrepta pe ceilalti

Paul Ferrini

Ori de cate ori ma gandesc ca cineva (inclusiv eu insumi) are nevoie sa fie indreptat,incep sa gandesc din perspectiva lipsei.Si nimic nu se indreapta printr-o mentalitate a lipsei…E un adevarat paradox.Daca eu gandesc ca ceva trebuie indreptat,indreptarea devine imposibila.

Daca eu imi dau seama ca nu poate fi reparat,atunci nu este stricat.Cheia in aceasta propozitie este cuvantul "eu'".Ceea ce gandesc eu,determina drama sau absenta dramei.Deoarece noi vrem ca lucrurile sa fie perfecte,intotdeauna incercam sa ne schimbam experienta.**Una din cele mai insemnate practici ale Mintii Christice este acceptarea.**Cati insa dintre noi gasesc ca e usor sa accepte viata asa cum se petrece, asa cum se dezvaluie?

Cei mai multi dintre noi incearca sa practice acceptarea,dar ne dam seama ca nu reusim decat sa gasim,constant,nod in papura experientei noastre.Atunci cand realizam acest lucru,putem alege intre a ne pedepsi sau a accepta faptul ca suntem cusurgii.Daca ne pedepsim,nu vom reusi decat sa subliniem si mai mult neputinta noastra de a accepta.Acest lucru poate deveni un cerc vicios,in care continuu ne consideram neadecvati.Asa ca trebuie **sa invatam sa fim constienti de ceea ce se intampla,fara sa judecam.**

Atunci cand traim starea de pace nu avem nevoie sa indreptam ceva sau pe cineva, orice ar fi.Daca ceva trebuie sa se schimbe,schimbarea se va produce de la sine. Nu trebuie fortata. Nu are nevoie de manipulare.

[...] Ne purtam de parca am fi in batalie,cu singura deosebire ca ea are loc in mintea noastra. [...]

A asculta fara reactie

Uneori incercam sa-i indreptam pe altii in moduri mult mai subtile.Cand prietenii nostrii ne vorbesc,aparent ii ascultam,dar adesea o facem prin propriile noastre filtre.In mintea noastra suntem sau nu de acord cu ei si plasam ce spun in contextul convingerilor noastre.De cele mai multe ori cand prietenii ne fac confidente,noi credem ca ei ne adreseaza invitatia de a le analiza situatia si da sfaturi.**Una din cheile practicii Mintii Christice e sa asculti fara prejudecati.**Daca oamenii cer o replica,le spunem ca noi credem ca intelegem ceea ce spun,ca i-am auzit cu adevarat,neconditionat.

Atunci cand dam sfaturi ne implicam in problemele lor.Normal ar fi sa ne dam seama ca avem deja destule provocari in propria viata,ca sa mai avem nevoie sa ne asumam si problemele lor.In plus,noi nu putem intelege contextul vietii altei persoane.Nici macar acele solutii care au fost bune pentru noi nu se potrivesc neaparat si pentru altii.Atunci cand incercam sa indreptam sau sa dam sfaturi nu suntem nici binevoitori si nici generosi.Mai degraba ii atacam.Daca vrem sa fim amabili trebuie sa-i acceptam asa cum sunt si sa incetam sa le schimbam viata.

Nu suntem in stare sa oferim opinii sau solutii,dar putem sa-i lasam sa stie ca i-am auzit si ca raspunsurile se afla deja in ei,asa cum sunt deja in noi toti.Atunci cand avem increderea ca ceilalti vor gasi propriile raspunsuri,ii tratam ca pe niste egali spirituali…

Nu pretindem ca stim ceva ce ei nu stiu.Nu dorim ca ei sa ajunga sa depinda de noi.Noi le acordam oamenilor respect si libertate.Avem credinta ca adevarul din ei le va ilumina calea.Aceasta este iubirea in actiune!

Ingrijindu-ne de noi insine la toate nivelele,fizic,emotional,mental si spiritual, suntem capabili sa raspundem celorlalti in modul cel mai rabdator,afectuos si plin de compasiune posibil.

Poate ca,pentru unii dintre noi,este o revelatie sa afle ca noi nu suntem aici sa-i salvam pe altii de durerea lor,ci doar ca sa o depasim pe a noastra.

Aceasta este si principala noastra raspundere in prezenta intrupare.

Chiar si atunci cand ne unim viata cu viata altei persoane,aceasta raspundere ramane a noastra.”

Paul Ferrini – Intoarcerea in Gradina